Quinzenário - Gratuito | 8 de agosto a 8 de setembro de 2024 - Ano XIV - 157 **Diretora:** Tânia Tracana

Correio de Sintra

Feira Setecentista regressa a Queluz

Viagem até ao século XVIII

P. 19

DR

Lazer
Parques Urbanos de Ouressa e Josefa de Óbidos reabilitados

Concelho, 6

Festival
MIMMOS regressa a Agualva com espetáculos ao ar livre

Cacém, 18

Praia Grande
Sintra capital mundial do Bodyboard de 4 a 8 de setembro

Desporto, 20

Colares
Comissão de Utentes apela à inscrição dos residentes no Centro Saúde

Saúde, 22

Salta à vista...

Abrigo para gatos de rua em Maceira

DR

A União de Freguesias de Almargem do Bispo, Montelavar e Pêro Pinheiro instalou no Jardim Nossa Senhora das Graças, em Maceira, um novo abrigo para gatos de rua.

Para além de apoio para o controlo do número de felinos (através do programa CED da Câmara de Sintra, "tem também como finalidade, a promoção da higiene do espaço público e o controlo de propagação de pragas", refere aquela autarquia, presidida por Rui Maximiano.

A iniciativa visa ainda, "melhorar a qualidade de vida dos gatos de rua e promover a sustentabilidade e a consciência ambiental", explica a autarquia, apelando à colaboração da população para "manter o local limpo, não alimentando os gatos e querendo ajudar faça-o de uma forma adequada e consciente, deixando donativos de ração ou patés (em embalagens fechadas) nas traseiras do abrigo", pode ler-se. ■

Em foco

Município de Sintra acompanha 297 pessoas em situação de sem abrigo

DR

No concelho de Sintra encontram-se referenciadas 297 pessoas a viver em situação de sem-abrigo, das quais 83 em habitações precárias ou indignas, viaturas ou autocaravanas, 143 sem casa em centros de acolhimento, pensão ou quarto, e 71 na rua por recusa de integração em resposta de acolhimento, indica fonte da autarquia ao Correio de Sintra.

O perfil de pessoas em situação de sem abrigo é maioritariamente "do sexo masculino, entre os 45 e 64 anos, nacionalidade portuguesa", com o 1.º, 2.º ou 3.º ciclo de escolaridade, "encontra-se nesta situação há menos de seis meses, sem rendimentos ou com prestações sociais", e o motivo para a situação vulnerável reside na "insuficiência económica, despejo, desalojamento ou rutura familiar".

De referir que as pessoas referenciadas, isoladas ou integradas em agregado familiar, "são acompanhadas pelas equipas de emergência do município e estão sinalizadas no âmbito da Estratégia Local de Habitação de Sintra para resposta habitacional de caráter permanente", sublinha a autarquia. ■

A frase...

"Mais do que estar contra, quisemos apontar soluções (…) Sintra precisa imenso do turismo, mas, às tantas, está-se a manar a galinha dos ovos de ouro"

Madalena Martins, presidente da QSintra

(Declaração de Madalena Martins, presidente da QSintra, ao jornal Público, a propósito do protesto da Associação QSintra, no dia 18 de Julho, contra o "turismo de massas e caos no trânsito" na Vila de Sintra)

DR

Sabia que...

DR

Aulas de yoga gratuitas na Praia das Maçãs

Praia das Maçãs é o lugar escolhido para experimentar as aulas de "Yoga na Praia", iniciativa gratuita, que decorre nos dias 11 e 25 de agosto, e 8 de setembro.

Com organização da Associação Centro de Yoga de Sintra e o apoio da Câmara Municipal de Sintra, as aulas acontecem às 09h00 e 10h00, sendo esta uma ótima maneira de começar o dia, rodeado da beleza e serenidade da Praia das Maçãs.

Além de incentivar a prática de atividade física ao ar livre, esta iniciativa visa ainda proporcionar momentos de relaxamento e conexão com a natureza, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida. Todos são convidados a participar. ■

Passeio de Motos Antigas em Sintra

DR

O Moto clube de Sintra, organiza no próximo dia 7 de setembro, o "40.º Passeio Motas Antigas" pela região, a partir das 09h00 e que termina pelas 13h00, com um almoço na sede do clube, na Rua Álvaro dos Reis, n.º8, em São Pedro de Sintra.

No final vai haver a atribuição de troféus, "para as melhores motos do encontro". O ponto de encontro é no Largo da Feira de São Pedro e as inscrições estão abertas, através do telefone, 969 759 568 ou pelo e-mail: mesintra@sapo.pt. ■

Ficha Técnica

Diretora: Tânia Tracana
taniatracana@correiodesintra.net
Redação: Cristina Duarte, Jorge Tavares
Sede do Editor: Largo de Baixo Nº. 5
2705-570 São João das Lampas
Loja: Av. Capitães de Abril, 38E Lj
Algueirão

Site: www.correiodesintra.net **Tel:** 964 456 307 **E-mail:** geral@correiodesintra.net
Estatuto Editorial do Correio de Sintra: 1. O jornal Correio de Sintra é um órgão de informação local e regional, centrado no concelho de Sintra, mas assegura a presença global através da internet. 2. O Correio de Sintra é um projecto independente, apartidário e plural. 3. A versão impressa do jornal Correio de Sintra tem uma periodicidade quinzenal. 4. A página do Correio de Sintra na internet é um complemento à versão impressa e tem actualização permanente.5. O Correio de Sintra rege-se pelos valores éticos e deontológicos do jornalismo e assenta em critérios de rigor e isenção, respeitando todas as opiniões ou crenças.
Equipa Gráfica: Vera Simões
Equipa Comercial: Ana Cristina Martins, Rodrigo Silveira, Tatiana Simões

Propriedade: Tiago Santos
Periodicidade: Quinzenal
Tiragem Média: 55 000 Exemplares
Registo ERC: 126768
Registo INPI: 461778
NIF: 257010017
Depósito Legal: 307601/10
Impressão: Gráfica Funchalense - Pêro Pinheiro

Intermarché

Algueirão-Mem Martins

Natureza e Jazz com os pés na relva

Os sons do jazz voltam a fazer-se ouvir no Parque de Monserrate, em Sintra, entre 6 e 28 de setembro, sob o mote "Natureza e Jazz com os pés na relva".

A programação do Jazz em Monserrate, é composta por oito concertos, às 19h00 e é ao pôr-do-sol, que vão acontecer às sextas-feiras e sábados, revelou a sociedade Parques de Sintra.

Eduardo Cardinho, André Rosinha, Emma Frank, Jorge Rossy e Alexandre Frazão são alguns dos nomes que vão encher de jazz o Parque de Monserrate, no coração da Serra de Sintra.

A abertura acontece no dia 6 de setembro, e cabe ao vibrafonista e compositor Eduardo Cardinho, que vem apresentar o seu mais recente projeto "Not Far From Paradise". Acompanhado de alguns dos melhores músicos da nova geração do jazz português, traz a sua abordagem rítmica e sonoridade únicas.

Os concertos ao pôr-do-sol, sempre à sexta e sábados, prosseguem depois com André Rosinha "Triskel" (7); Emma Frank Quartet "Interiors" (13); Filipa Franco Quinteto (14); Trio de Jazz de Loulé + Jorge Rossy (20); João Bernardo e Augusto Baschera (21); Margarida Campelo "Supermarket joy" (27) e Alexandre Frazão Quinteto "Quintessência" (28).

DR

Nos sábados de 7, 14, 21 e 28 de setembro, às 11h00, a programação do Jazz em Monserrate será dedicada às famílias. Contando com a colaboração dos alunos de Jazz da Escola Artística de Música do Conservatório Nacional, a cantora e pedagoga Catarina dos Santos propõe ao público mais jovem (e não só) que descubra "O que é jazz?", através de uma viagem ao longo da história deste género musical. Os bilhetes para os concertos ao pôr-do-sol custam 15€ e já estão à venda no site oficial do evento www.jazzemmonserrate.pt. Os portadores destes ingressos terão acesso ao transporte gratuito que será assegurado pela Scotturb nos dias do festival. ■

Parques Urbanos de Ouressa e Josefa de Óbidos requalificados

Os parques Urbanos de Ouressa em Mem Martins e José de Óbidos na Tapada das Mercês, foram inaugurados no passado dia 26 de Julho, depois de concluídas obras de reabilitação, requalificação e instalação de novos equipamentos, num investimento da autarquia de Sintra, superior a 800 mil euros.

A requalificação e ampliação do Parque Urbano de Ouressa,, numa área aproximada de 8. 270 m², contemplou a criação de um skatepark, a construção de um parque canino, a construção de uma área para a prática de street workout, um novo parque infantil, a ampliação da rede de percursos pedonais, instalação de novo mobiliário urbano e iluminação com recurso a tecnologia LED.

DR

Os trabalhos no Parque Urbano Josefa de Óbidos, na Tapada das Mercês, numa área aproximada de 4.640m², permitiram a criação de um espaço multifuncional dotado com novas áreas destinadas ao recreio e ao lazer. Nomeadamente, a construção de um espaço de street workout, a relocalização dos equipamentos de fitness, a criação de novo parque infantil e novo skatepark, a reabilitação da envolvente ao campo de jogos, a requalificação e ampliação dos espaços verdes, criação de percursos pedonais, instalação de novo mobiliário urbano e iluminação com recurso a tecnologia LED.

"O investimento no espaço público é uma estratégia de reforço da qualidade de vida de vida de quem vive e trabalha em Sintra", salientou Basílio Horta, presidente da Câmara de Sintra, acompanhado por Valter Januário, presidente da Junta de Freguesia de Algueirão Mem Martins, considerando que "estas requalificações vêm criar mais condições de lazer nesta freguesia". ■

Academia de Teatro SFUA abre incrições para crianças

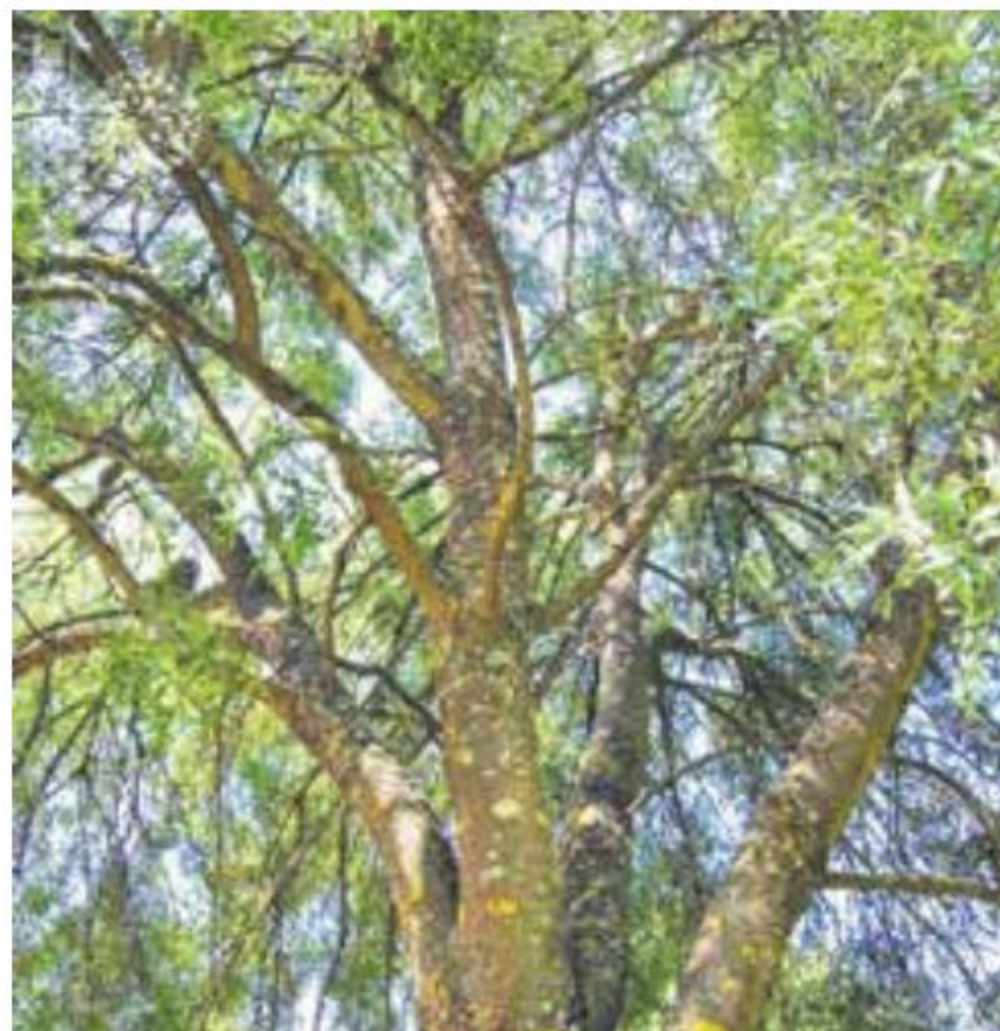
A Academia de Teatro da Sociedade Filarmónica União Assaforense (SFUA), dirigida pelo ator Filipe Palhais, tem abertas inscrições para candidatos a ator, dos 5 aos 9 anos (kids), "uma novidade", este ano, "após vários pedidos".

As sessões iniciam-se já em setembro, com aulas ao sábado, entre as 09h00 e as 10h30, terminando a formação em junho de 2025, com a realização de um espetáculo final.

Esta é uma boa oportunidade para entrar na arte da representação. As inscrições estão abertas e as vagas são limitadas! Mais informações através do e-mail: academiateatrosfua@hotmail.com ou pelo telefone, 927 542 671. ■

GAAS dá contributos para revisão de lei de gestão de combustíveis

O Grupo dos Amigos das Árvores de Sintra (GAAS) enviou à Comissão do Ambiente propostas de alteração à lei que regula o Sistema Nacional de Defesa da Floresta contra Incêndios, para corrigir, ainda nesta legislatura, os critérios para a gestão de combustíveis, ainda nesta legislatura no âmbito das redes secundárias de gestão de combustíveis.

Em comunicado, o GAAS, lembra que a legislação atual não segue uma "série de requisitos", o que tem "contribuído decisivamente para a desbastação ad-hoc" a que se assiste, inclusive em parques naturais como o de Sintra-Cascais, que motivou a audição no parlamento. De acordo com o Grupo, a atual lei, em matéria dos princípios legais de prevenção e planeamento, "ignora os mais recentes estudos científicos que comprovam a ineficácia das faixas de gestão de combustível, na prevenção e contenção de incêndios".

DR

Entre outros pontos, destaca as faixas de gestão de combustível nas redes viárias florestal e primária de 6 a 10 metros para cada lado da via, que "destroem o coberto arbóreo e arbustivo saudável". "Aliado a isso existe uma obrigação de 20 metros onde o distanciamento entre copas deverá ser de 4 metros, o que implica uma devastação florestal de milhares de quilómetros quadrados", denúncia.

Constatou igualmente que o eixo principal de toda a legislação é a "proteção de pessoas, animais e bens, descurando a proteção do património arbóreo e arbustivo", e que o arvoredo tem "apenas um interesse económico e de exploração energética em centrais de biomassa". Pretende ainda que os critérios no âmbito do novo regulamento do Sistema de Gestão Integrada de Fogos Rurais (SGIFR) "sejam amplamente discutidos". ■

Parques de Sintra candidata a "Melhor Destino Cultural do Mundo"

A Parques de Sintra, - Monte da Lua está nomeada para os World Luxury Travel Awards 2024 na categoria "Melhor Destino Cultural" do mundo, com as votações a decorrer online, até 23 de agosto.

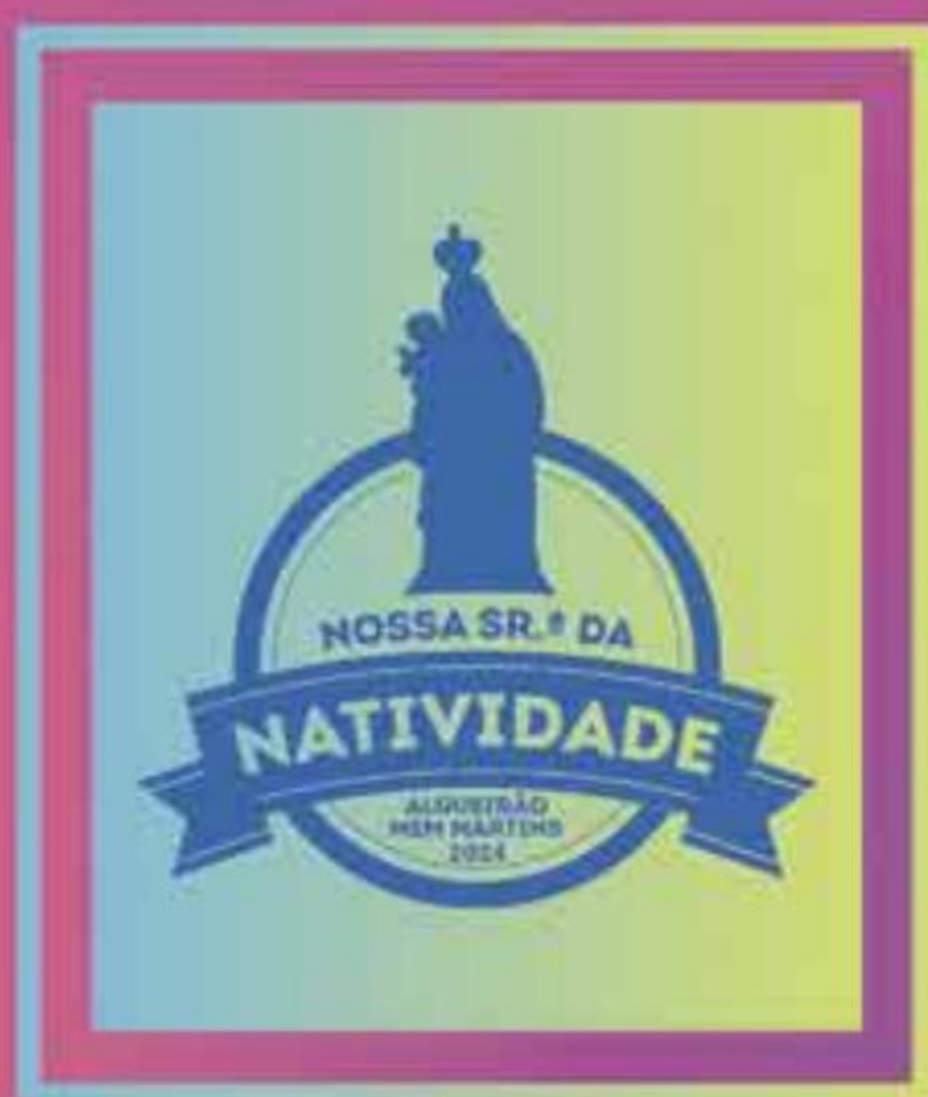
No ano passado, a empresa foi distinguida com este prémio, aliás como tem acontecido desde 2013, e volta agora, a ser candidata na mesma categoria.

A votação online é aberta tanto ao público em geral, como aos profissionais de turismo. Os vencedores da edição 2024 serão anunciados em outubro durante duas cerimónias oficias de entrega de troféus que terão lugar em Bali, na Indonésia, e em Belfast, na Irlanda do Norte. ■

Município assinou acordo com IHRU para requalificar habitações municipais

A Câmara de Sintra assinou, com o Instituto da Habitação e da Reabilitação Urbana (IHRU), um acordo de colaboração ao abrigo do Programa de Apoio ao Acesso à Habitação, no valor de 21 milhões e 368 mil euros, no âmbito do Plano de Recuperação e Resiliência (PRR).

Este acordo vem permitir financiar a execução das medidas definidas na Estratégia Local de Habitação que visa garantir condições de acesso a uma habitação condigna a quem não dispõe de capacidade financeira para aceder a uma solução habitacional adequada, e visa financiar a reabilitação de mais de 270 fogos habitacionais e construção de seis novos fogos no município de Sintra.

Com este acordo, que o Governo celebrou com 18 municípios da região de Lisboa e Vale do Tejo, pretende-se acelerar as candidaturas aos fundos europeus para cumprir a meta temporal sem a qual os recursos do PRR não produzem feito. Até ao momento a Câmara de Sintra tem 74 candidaturas submetidas, das quais 36 já aprovadas, num valor superior a 19 milhões de euros para o setor da habitação. ■

ALGUEIRÃO - MEM MARTINS

FESTAS N. SRª DA NATIVIDADE

5, 6, 7 e 8 SETEMBRO

5 Set. 5ª feira
PAPILLON

19h30 - Abertura da Festa
Fanfarra dos Bombeiros Voluntários de Algueirão-Mem Martins

22h00
PAPILLON

6ª feira **6 Set.**
DINO D'SANTIAGO

22h00
DINO D'SANTIAGO

24h00
Baile no Mem Martins Sport Clube

7 Set. sábado
NUNO RIBEIRO

14h às 15h00
Festival de Cante Alentejano

15h às 19h00
37º Festival de Folclore de Mem Martins

22h00
NUNO RIBEIRO

24h00
Baile no Mem Martins Sport Clube

domingo **8 Set.**
DONA ELVIRA

15h00
Missa Campal

16h00
Procissão e venda de fogaças

16h30
Baile no Mem Martins Sport Clube

22h00
DONA ELVIRA

Festas em Honra de Nossa Sra. do Cabo Espichel em São João das Lampas

Já foi apresentado o programa das Festas em Honra de Nossa Sra. do Cabo Espichel, a festividade mais antiga do concelho de Sintra, que decorre de 7 a 15 de Setembro, em São João das Lampas, com entrada livre.

A Comissão de Festas já anunciou nas redes sociais, a presença de "João Pedro Pais" (9), "Rosinha" (10), "D.A.M.A" (11), "José Cid" (14), "Matay" (15), "Cláudia Martins Minhotos Marotos" (13), "DeeJay Telio" (12), nos festejos que se realizam de 26 em 26 anos, com diversões, concertos, restauração e artesanato.

Num total são nove dias de festa, com destaque para o tradicional "Círio dos Saloios de Nossa Sra. do Cabo Espichel", no dia 7 de setembro, no decorrer de "Cerimónia de Receção" seguida de fogo-de-artifício. Há momentos de oração diários e outras actividades religiosas, como a realização da Eucaristia Campal (8) seguida de Procissão Solene e um concerto pelas Bandas Filarmónicas.

As Festas em Honra de Nossa Sra. do Cabo Espichel, têm o apoio da Câmara de Sintra, União das Freguesias da Terrugem e são João das Lampas, empresas a coletividades e clubes da freguesia e do Centro Social e Paroquial de São João das Lampas e da população. ■

Festejos em honra de Nossa Sra. do Monte do Carmo em Dona Maria

Arrancam esta sexta-feira 9 de agosto, às 20h00, os festejos anuais em Honra de Nossa Senhora do Monte do Carmo, em Dona Maria, em Almargem do Bispo, que se realizam nos dias 9, 10, 11, 14 e 15 de agosto.

Alegria e a tradição marcam os festejos deste ano, com destaque para a "VIII Festa das Sopas" para o "XLIV Festival de Folclore Os Saloios de Dona Maria" no dia 10 e no dia seguinte para a "Eucaristia Solene" (15h30) em honra de Nossa Senhora do Monte do Campo, presidida pelo Pa. Carlos Pinto, seguida de Procissão.

Não falta diversão e animação, com a realização de bailes com o "Duo Café Creme"; "Duo Nuno & Mariana", "Tributo Popular", Concerto com a Banda Filarmónica do Rosário e animação com os DJ "Pinto" e "Batista". No dia 15 de agosto, último dia dos festejos, destaque para a realização de "Eucaristia" (09h00) seguida da habitual visita da Imagem de Nossa Senhora do Monte do Carmo a alguns dos locais de Almargem do Bispo. ■

Festa Nossa Sra. da Piedade da Serra reforça tradição

O Santuário de Nossa Senhora da Piedade na União das Freguesias de Almargem do Bispo, Pêro Pinheiro e Montelavar, que abrange as localidades de Piedade, Almornos, Tapada de Vale de Lobos, Vale de Lobos, Serração, Sabugo e Olelas, acolhe uma vez mais a Festa em honra da padroeira, nos dias 15, 16, 17 e 18 de agosto.

A Festa arranca na quinta-feira, dia 15, com o "DJ Goulart" (22h00) e a atuação de "Alpha Heroes" (00h00). Na

sexta (16) destaque para a realização da "Procissão das Velas" (21h00), para a atuação da "Banda Black Pearl" (22h30 e "After Party" com o DJ Tiger (00h30).

O sábado (17) a tarde vai ser dedicada aos mais pequenos com a "Tarde Infantil" (15h00), com jogos e brincadeiras. Insufláveis, mascote do panda e rudy show: Zumba (19h00) e atuação da "Dupla Mete Cá Sets" (22h30).

No domingo (18) "Chegada da Juíza da Festa / Catarina Paulo" (15h00), seguindo-se a "Missa" e "Procissão" (15h15). Mais tarde, destaque para a atuação de "Humberto da Boina" (21h00) e o "Tributo a Tine Turner" (23h30).

Na segunda-feira (19) pelas 10h00, tem lugar a "Missa pelos Festejos", que encerra em definitivo a Festa em Honra de Nossa Senhora da Piedade da Serra, que se realiza todos anos graças ao empenho e esforço da população, que mantém viva a tradição. ■

SINTRA | Um lugar que é nosso.

Sintra em Festa

Festejos em honra de Nossa Senhora da Praia

DR

Os festejos em Honra de Nossa Senhora da Praia vão decorrer de 21 a 25 agosto, na Praia das Maçãs, em Colares, com espaço para a comida dos quatro cantos do mundo, bar, gins e cocktails, doces regionais e artesanato, insufláveis e slide, quermesse e tômbola de vinhos e um palco para concertos de música, todos os dias às 20h00, 22h00 e 00h00, com entrada livre.

Como sempre acontece, o dia mais importante dos festejos, é no domingo (25) com a realização de uma Missa na Capelinha, pelas 16h00, seguida de Procissão até ao mar, momento que contará com a presença do cantor José Cid.

Vão ser cinco dias de festejos que preenchem todas as áreas envolventes, sempre junto à praia e com o mar como cenário, que se iniciam na quarta-feira (21) com "Ritmos Cholotea DJ Set; Voodoo Marmalade; Remember "Quivuvi". No dia seguinte (22), destaque para as atuações de Tarik Chand; The Pilinha e Baile do Breda.

Na sexta-feira, é a vez de João Pedreira; Abbamia e "Maria Bolacha" – Ep.2. No sábado (24) sobem ao palco Manuel Cotta; Orlando Santos & The Bagatells, e Arrebimba o Malho.

Recorde-se, o culto a Nossa Senhora da Praia das Maçãs começou no final do século XIX, com base na aparição de uma imagem de Nossa Senhora a um pescador na foz do rio das Maçãs, tendo sido posteriormente desenhada por Alfredo Keil com os versos de Henrique Lopes de Mendonça a completar a sua imagem. As Festas que este ano assinalam os 131 anos, conta com o apoio da Câmara Municipal Sintra, da Junta de Freguesia de Colares e são organizadas pela Irmandade de Nossa Senhora da Praia – Praia das Maçãs e pelo Clube Recreativo da Praia. ■

Festa em honra de São Degolado na Terrugem

Micaela (23), Jorge Guerreiro (26), Ana Malhoa (31) e Tio Gel (28), são alguns dos nomes já confirmados na Festa da Paróquia, em honra de São João Degolado, na Terrugem, que se realiza de 23 a 31 de agosto, com entrada livre.

A Festa apresenta um cartaz muito variado de atuações, atividades e animação para todas as idades, com especial destaque para as cerimónias religiosas, como a realização de "Missa Solene, em Honra de São João Degolado" (29) às 19h00 e a "Eucaristia Solene" (31) às 15h30, presidida pelo Pa. Nuno Vicente, seguida de "Procissão".

Comes e bebes, bailes, atuação de DJ´s, e uma "Noite de Folclore", são outros motivos de atração desta Festa de tradição, organizada pela União de Freguesias de Terrugem e São João das Lampas, e o apoio da Câmara de Sintra e a colaboração com a população e o comércio e indústria local. ■

Papillon, Dino S´Santiago, Nuno Ribeiro e Dona Elvira nas Festas de Nossa Sra. da Natividade

Papillon, Dino D'Santiago, Nuno Ribeiro e Dona Elvira, são os convidados especiais para atuar nas tradicionais Festas de Nossa Senhora da Natividade, que voltam a animar a Vila de Mem Martins, nos dias 5, 6, 7 e 8 de Setembro, no Largo Rossio da Fonte, junto à Capelinha, com entrada gratuita.

A abertura da festa acontece pelas 19h30 do dia 5 de Setembro, com a Fanfarra dos Bombeiros Voluntários de Algueirão-Mem Martins e às 22h00 o destaque vai para a atuação de “Papillon”. No dia seguinte, sexta-feira, é a vez de “Dino D'Santiago” subir ao palco (22h00), seguindo-se um baile na sede do Mem Martins Sport Clube (24h00).

No sábado (7), destaque para o “Festival de Cante Alentejano”, entre as 14h00 e as 15h00, seguindo-se a realização do “37.º Festival de Folclore de Mem Martins”. À noite, sobe ao palco “Nuno Ribeiro” (22h00) e tem lugar mais um baile no Mem Martins Sport Clube (24h00).

O domingo (8) último dia das Festas em honra de Nossa Sra. da Natividade, realiza-se uma “Missa Campal” (15h00), seguida de “Procissão e venda de fogaças” (16h00) que vai percorrer algumas ruas da freguesia, acompanhando a imagem da Santa até à Capelinha de Mem Martins. À mesma hora há baile no Mem Mem Martins Sport Clube (16h00).

As Festas de Nossa Sra. da Natividade deste ano, encerram com a atuação em palco de “Dona Elvira” que sobem ao palco, pelas 22h00.

Organizadas pela Junta de Freguesia de Algueirão-Mem Martins as festas, contam com stands de artesanato, diversões em representação das instituições, coletividades da freguesia, das tradicionais tasquinhas de comes e bebes com produtos de várias regiões do país e inúmeras iniciativas que preenchem os quatro dias com muita animação, música, folia e tradição. ■

Festas em honra de São Mamede em Janas

As tradicionais Festas anuais em honra de São Mamede, em Janas realizam-se este ano de 12 a 18 de agosto, em Janas, com entrada livre.

A Feira conta com diversas atuações musicais, jogos tradicionais, animação para adultos e crianças, bancas de artesanato, quermesse e área de restauração.

A festa tem o seu momento mais importante na bênção do gado, no dia 17 de agosto, Dia de São Mamede, altura em que os animais são abençoados após a realização da Missa, que culmina com as tradicionais três voltas em redor da Capela Circular. Embora celebrado em alguns locais do país, é em Janas que o culto de São Mamede guarda a mais antiga tradição.

Neste dia, as populações de Janas e zonas circundantes têm ainda como tradição realizar um piquenique no pinhal adjacente à feira, antecipando o ritual de bênção do gado. ■

Agosto traz novas atividades de verão aos Centros Lúdicos de Sintra

Neste mês de agosto a Câmara Municipal de Sintra dinamiza novas atividades pensadas para ocupar o tempo livre durante as férias nos Centros Lúdicos do concelho.

Para combater os dias de calor de agosto, nada melhor que participar na atividade de 'Seringball'. Trata-se um jogo de ação e estratégia, praticado ao ar livre, que promove espírito de equipa, autonomia, responsabilidade e liderança. Esta atividade realiza-se no dia 9 de agosto no Centro Lúdico de Rio de Mouro, e no dia 23, no Centro lúdico das Lopas.

O programa de atividades é complementado com a realização de oficinas criativas, oficinas de artes plásticas, sessões de karaoke, torneio de ténis de mesa, jogos tradicionais, entre outras atividades.

Estas atividades, para além de serem uma excelente forma de passar as férias escolares de verão, proporcionam novas amizades e partilha de conhecimento e experiências.

A Rede de Equipamentos Lúdicos de Sintra, integra o Centro Lúdico das Lopas (219 236 871), Centro Lúdico de Massamá (214 392 086) e Centro Lúdico de Rio de Mouro (219 236 870) e tem como missão responder de forma eficaz e equitativa às necessidades sentidas pela comunidade neste domínio.

A participação em atividades dirigidas à comunidade educativa requer inscrição no equipamento municipal correspondente. Mais informações em cm-sintra.pt.

The Legendary Tigerman atua na Adega Viúva Gomes em Colares

O MUSCARIUM – Festival de Artes Performativas em Sintra, organizado pelo teatromosca, está de regresso para a sua décima edição e apresenta um concerto único, The Legendary Tigerman, na Adega Viúva Gomes, em Almoçageme, na freguesia de Colares.

Paulo Furtado apresentará, no dia 13 de setembro, às 21h00, o seu mais recente álbum "Zeitgeist", lançado no ano passado e que foi muito aclamado pela crítica.

A primeira parte desta noite inesquecível ficará a cargo dos MITO, duo de pop-eletrónico cantado em português. Pedro Zuzarte e Manuel Siqueira apresentarão o mais recente álbum "Sozinho ou no Meio de Gente".

Recorde-se, o Festival MUSCARIUM, realiza-se de 02 a 22 de setembro, um pouco por todo o conxcelho de Sintra.

História de "Medeia" em cena no Masmo

O Teatro TapaFuros regressa ao Museu Arqueológico de São Miguel de Odrinhas, para apresentar a obra clássica "Medeia", do tragediógrafo grego Eurípides, que estará em cena na grande praça central do Museu, a Ágora – local de eleição do Mundo Antigo – aos Sábados e Domingos, pelas 18h00, entre 03 e 25 de Agosto.

A partir do texto original, apresentado pela primeira vez em 431 a. C., narra-se a história de Medeia, princesa da Cólquida (atual Geórgia), que traiu o seu Reino e o seu Pai, entregando o Velo de Ouro a Jasão, o herói grego comandante dos Argonautas. Segue-o apaixonadamente até à Grécia onde vive como exilada durante dez anos, submetendo-se à vontade do marido e às leis e costumes de um país estrangeiro. A ação decorre em Corinto, quando Jasão a repudia para se tornar genro do rei Creonte. Medeia é expulsa com os dois filhos. Jura vingança ao marido infiel arquitetando para tal um plano monstruoso.

As sessões realizam-se de 3 a 25 de agosto, aos sábados e domingos, às 18h00. As reservas podem ser efetuadas por telefone 21 923 86 08 / 96 861 01 05, ou através do e-mail: producao@tapafuros.com.

Lesões do ombro
rotura da coifa dos rotadores afeta mais os idosos

Seja devido a quedas, ao envelhecimento ou mesmo durante a prática desportiva, muitas pessoas sofrem lesões no ombro. Uma das mais comuns é a rotura dos tendões da coifa dos rotadores, que afeta mais de 50% da população acima dos 60 anos de idade. Ao Correio de Sintra, Rodolfo Caria Mendes, ortopedista no Hospital CUF Sintra, esclareceu as principais dúvidas sobre esta lesão

Maria Amélia Catalão e Rodolfo Caria Mendes, ortopedista no Hospital CUF Sintra

Dolorosa e limitante, o que é uma rotura da coifa dos rotadores?
O ombro é uma articulação que controla o movimento do braço. Uma componente fundamental desta função é a coifa dos rotadores - o conjunto dos 4 tendões do ombro (supra-espinhoso, infra-espinhoso, subescapular e pequeno redondo) que rodeiam a articulação e que trabalham em conjunto, para lhe dar movimento e estabilidade. Uma rotura destes tendões, além de ser dolorosa, pode ser limitante para as atividades mais básicas do dia-a-dia, como pentear o cabelo, levar um copo à boca, cuidar da higiene pessoal ou tentar usar a mão, em qualquer atividade, acima do nível da cabeça.
Torna-se ainda mais preocupante se tivermos em conta que é uma lesão bastante prevalente: cerca de metade das pessoas com mais de 60 anos têm uma rotura parcial ou completa de, pelo menos, um destes tendões do ombro.

Que causas podem estar na origem deste tipo de lesão?
Um tendão é uma "corda viva" que liga a extremidade de um músculo a um osso. Quando o músculo contrai, o tendão puxa o osso e inicia o movimento da articulação. Portanto, quando o tendão rompe, este movimento deixa de ocorrer - de uma forma simples, é como se rompesse a corda de uma marioneta.
Estas roturas podem acontecer devido a um evento traumático (como uma queda ou um esforço súbito), mas mais frequentemente são de causa degenerativa, por desgaste do tendão. Este processo pode acontecer devido ao envelhecimento ou a esforços diários persistentes e intensos, que fazem com que o tendão vá descolando lenta e progressivamente do osso, até começar a causar sintomas. Aí, se a rotura não for rapidamente tratada, pode progredir até chegar a um estadio em que já não é reparável.

Perante os sinais, procure ajuda médica

"Os sintomas principais [de rotura da coifa dos rotadores] são dor no ombro ou no braço, sobretudo de noite e ao movimentá-lo, e falta de força e mobilidade do ombro.", explica o especialista.

Portanto, a rapidez do diagnóstico e do tratamento das roturas da coifa dos rotadores pode ser decisiva para o doente?
Sim. A rotura da coifa dos rotadores, habitualmente, causa muita dor e limitação dos movimentos do braço, afetando severamente a qualidade de vida. Como tal, o tratamento deve ser iniciado o mais rápido possível. No entanto, antes disso, há que confirmar o diagnóstico. Normalmente, fazemo-lo através do exame objetivo do ombro e de exames complementares, como a ecografia ou a ressonância magnética. Na Consulta do Ombro e Cotovelo do Hospital CUF Sintra, tenho a possibilidade de fazer a ecografia no próprio momento, o que é vantajoso, porque permite que o doente inicie o tratamento imediatamente.
Além disso, as roturas diagnosticadas tardiamente correm o risco de se tornarem irreparáveis. Nesses casos, o tratamento é muito mais complexo e o resultado, habitualmente, é menos satisfatório.

Quais são as opções de tratamento, para diminuir a dor e devolver a mobilidade ao doente?
Para a maioria dos doentes, o tratamento mais satisfatório é a cirurgia minimamente invasiva, por artroscopia. Com esta técnica, a reparação dos tendões é feita através de pequenos furos na pele. A visualização dos tendões faz-se através de uma câmara de fibra óptica (artroscópio) e todos os instrumentos necessários para os reparar são inseridos por esses pequenos furos.
Há outros casos, felizmente menos frequentes, em que os tendões já não são reparáveis. Acontece, por exemplo, nalguns doentes acima dos 80 anos ou quando o exame de imagem mostra que o tendão já é fraco demais. Estes doentes podem beneficiar da colocação de uma prótese do ombro, que também fazemos no Hospital CUF Sintra.
Nos doentes muito idosos cuja queixa principal é a dor, e em casos de contraindicação cirúrgica, as opções para controlar os sintomas passam por fisioterapia e medicação adequada.

Para o doente, quais são as vantagens de ser operado por uma equipa com um grande nível de experiência e especialização?
A cirurgia de reparação dos tendões do ombro é um procedimento pouco invasivo para o doente, mas é uma cirurgia tecnicamente complexa. No Hospital CUF Sintra, temos uma equipa diferenciada em patologia do ombro e cotovelo, que trata exclusivamente os problemas destas articulações. Esta elevada especialização e experiência neste tipo de procedimento assegura que o doente terá resultados melhores, nomeadamente no que respeita à melhoria da dor, da força e da função do ombro.

O estilo de vida tem impacto na probabilidade que temos de vir a desenvolver uma rotura da coifa dos rotadores? O que podemos fazer para as evitar?
A atividade física traz benefícios inegáveis para todos. Mas é preciso ter alguns cuidados, porque a atividade física mais intensa e repetitiva com os braços (sobretudo, com esforços súbitos acima do nível da cabeça) pode causar ou agravar estas roturas. Por outro lado, estas lesões também ocorrem, frequentemente, em pessoas que não praticam exercício. Assim, logo que surjam sintomas como dor ou falta de força no ombro e braço, o mais importante é recorrer ao seu médico, para um diagnóstico o mais precoce possível e para que o tratamento tenha maior probabilidade de sucesso, em termos de qualidade de vida.

Testemunho

Recuperar a mobilidade é possível

Maria Amélia Catalão tem 74 anos e mora em Mem Martins. Em 2023, uma queda violenta levou-a a procurar ajuda médica no Atendimento Permanente do Hospital CUF Sintra. "Tinha muitas dores. O meu braço estava inchado, negro e sem força.", conta. Após a realização de exames de imagem e encaminhada para a consulta de Ortopedia, o diagnóstico de Maria Amélia tornou-se claro para Rodolfo Caria Mendes. "O médico explicou-me que tinha uma rotura dos tendões do ombro" - especificamente, em três tendões da coifa dos rotadores. Quando soube que tinha de ser operada, Maria Amélia não hesitou: "desde a primeira consulta, confiei logo na competência do Dr. Rodolfo! Foi muito disponível e explicou-me tudo muito bem, todos os cuidados que teria de ter, antes e depois da operação. E foi tudo muito rápido.", assegura. Três meses após a cirurgia por artroscopia e com a ajuda de algumas sessões de fisioterapia, conseguiu retomar as suas atividades diárias. "Voltei a fazer a minha vida normal. Tenho alguns cuidados, sigo as indicações que o médico me deu. Tento não fazer muitos esforços e evito pegar em pesos, mas faço tudo.", acrescenta Maria Amélia. E não esconde a satisfação: "recuperei muito depressa e muito bem. O tratamento foi formidável!"

Agualva - Cacém

Festival MIMMOS regressa com espetáculos ao ar livre e entrada gratuita

A 4ª Edição da MIMMOS – Mostra Internacional de Marionetas, Máscaras e Objectos de Sintra, regressa ao Jardim da Anta em Agualva, com espetáculos ao ar livre e entrada livre, nos dias 13, 14 e 15 de setembro, com cultura, tradição e bastante humor. Conta com uma programação muito diversificada que inclui espetáculos de marionetas, oficinas, e curtas de cinema de animação com artistas de Portugal, Espanha, Alemanha e França.

Durante três dias, o festival que acontece com as companhias Ángeles de Trapo (Espanha), Cía Periplo Marionetas (Espanha), Caricata Teatro (Portugal), Farra Fanfarra (Portugal), Kabaré Púpala - Thomas Herfort (Alemanha), Le Poisson Soluble (França), Marimbondo (Portugal), PIA (Portugal) e Trupe Fandanga (Portugal) e Valdevinos Teatro de Marionetas (Portugal).

"A Casa da Marioneta de Sintra busca, através desta iniciativa, aproximar a atividade cultural dos espaços quotidianos, oferecendo uma programação de qualidade fora dos grandes centros urbanos".

Recorde-se, a Companhia Valdevinos dedica-se à promoção das artes performativas, com foco especial nas marionetas, máscaras e objetos animados, trabalhando há um quarto de século para descentralizar a cultura e torná-la acessível a todos. Não perca um fim-de-semana de oferta cultural e tradicional intensa para toda a família, ao ar livre e de entrada gratuita. ■

Queluz

Feira Setecentista regressa ao Largo do Palácio de Queluz

"Vai ser possível", viajar até ao século XVIII na Feira Setecentista de Queluz, que está de regresso ao Largo fronteiro ao Palácio Nacional de Queluz, de 5 a 8 de Setembro, com entrada livre.

Com produção e animação a cargo da Câmara dos Ofícios, a edição 2024 é dedicada aos "Jardins, espaço de divertimento e lazer", pretende recriar um ambiente setecentista, época em que o Palácio de Queluz e os seus jardins eram espaço de lazer da corte portuguesa, numa viagem até ao século XVIII, onde podemos facilmente encontrar um "Pintor da Corte" que regista os vários momentos nas suas obras, o "Mestre Peruqueiro" exímio na arte de pentear as marquesas, algumas criadas do Paço, que vêm à feira, vendedores com os seus pregões, Frade com Santo por beijar, Nobres ao serviço da corte em passeio e figuras populares do séc. XVIII.

Estarão representados alguns dos ofícios característicos da época como o tamanqueiro, ceramista, cesteiro, pintura de azulejo. Será ainda possível encontrar vários tipos de tasquinhas com sabores do séc. XVIII, doces conventuais de todo o país e doces tradicionais do concelho de Sintra.

Diariamente haverá outras experiências para usufruir, como uma aula de "Danças da Corte", apresentações de saltimbancos, música com grupo de gaiteiros.

No sábado e domingo poderá ainda assistir a uma peça de Teatro de Marionetas "Entremez - Guerras de manjaricão e vergamota ou o Oiteiro nocturno" ou às peças do teatro de D. Roberto, no recinto da feira, haverá ainda apresentação de Duelos de Esgrima com respetiva aula de esgrima para os mais pequenos.

Com organização da Câmara de Sintra e produção e animação da Câmara dos Ofícios, o evento conta com o apoio da União de Freguesias de Queluz e Belas, Regimento de Artilharia Antiaérea Nº1, Pousada D. Maria I, Parques de Sintra.

A feira decorre de 5 a 8 de setembro nos seguintes horários: quinta e sexta-feira, das 17h00 às 24h00; sábado, das 13h00 às 24h00; domingo das 13h00 às 23h00.

Reabriu a Capela Real do Palácio de Queluz

Reabriu a Capela Real do Palácio Nacional de Queluz, objeto de uma intervenção global de conservação e restauro, com o propósito de permitir a reintegração do Órgão Histórico de Tubos, executado no século XVIII pelo construtor Machado e Cerveira, regressando assim ao local original ao fim de mais de 100 anos.

O projeto de conservação e restauro da globalidade da Capela Real contemplou uma multiplicidade de técnicas artísticas e decorativas, assim como a intervenção nos espaços contíguos, como a Sacristia, as salas adjacentes, os espaços privados do piso superior bem como as áreas de ligação entre os dois pisos. Também a copa de apoio a eventos, localizada ao nível no piso inferior, foi renovada.

O projeto, iniciado em 2017, teve um investimento global de cerca de 1 milhão de euros, no âmbito dos múltiplos projetos no Palácio Nacional e Jardins de Queluz que a Parques de Sintra concretizou e que totalizam cerca de 11 milhões e meio de euros na última década.

Desporto

Bodyboard Sintra Pro Fest na Praia Grande

A Praia Grande, em Sintra, voltar a receber mais uma edição "Bodyboard Pro Fest" 2024, competição promovida pela International Bodyboarding Corporation (IBC). A histórica prova portuguesa, a mais antiga do circuito mundial, vai decorrer entre os dias 3 e 8 de setembro, nas ondas da Praia Grande.

As inscrições ainda estão fechadas, mas é esperada uma forte presença de atletas a nível nacional e internacional. Por agora já se sabe que a competição lusa conta com o regresso da divisão "Open masculina", depois da ausência verificada em 2023, apurou o Correio de Sintra.

Entretanto estão já a decorrer inscrições para jovens dos 15 aos 25 anos, ao programa de Voluntariado Jovem, no apoio ao evento, até ao dia 25 de agosto.

Recorde-se, cabe aos voluntários fornecer informações e apoiar a organização do evento. No dia 30 de agosto, das 15h00 às 18h00, haverá uma apresentação geral, onde serão detalhadas as tarefas de cada voluntário, conformou o Correio de Sintra. ■

Francisco Gonçalves é Campeão da Europa de Solo Dance

Francisco Gonçalves atleta da Sociedade Recreativa de Santa Susana e Pobral (SRSSP) do escalão de juvenis, atual Campeão Nacional, sagrou-se Campeão da Europa, depois de uma brilhante prestação nas duas actuações propostas, nomeadamente na "Style Dance" e em "Dança Livre", numa competição excelente e exímia.

Na mesma competição outros dois atletas dos escalões de "cadetes masculinos" e "seniores masculinos", Afonso Dias e Guilherme Sousa, respetivamente, alcançaram o 6.º lugar no referido campeonato.

Recorde-se, a Seleção Nacional de Patinagem Artística de Solo Dance integrou na sua equipa Nacional, três atletas da SRSSP, no concelho de Sintra, (equipa técnica, orientada por Ana Cristina Dias Marques) para representar Portugal no Campeonato da Europa 2024, que decorreu no pavilhão Multiusos de Fafe entre os dias 27 e 31 no passado mês de julho. ■

1.º Dezembro certificado como "Entidade Formadora com Três estrelas" pela FPF

O 1.º de Dezembro, concluiu com sucesso o processo de certificação como "Entidade Formadora, com Três Estrelas" atribuído pela Federação Portuguesa de Futebol (FPF), "após o cumprimento de diversos critérios obrigatórios e requisitos de acesso" concluídos na passada sexta-feira, no Complexo Desportivo Conde Sucena (Sintra), para assinatura da Carta de Princípios.

"É um compromisso que a Federação estabelece com o clube, para cumprir e promover os valores da prova", explicou na ocasião Ana Ribeiro, Coordenadora Operacional da Liga 3 da FPF, destacando "o 1.º de dezembro como um exemplo muito positivo, respeito pelo adversário e fair-play e o respeito por todos os intervenientes" neste campeonato.

A responsável lembrou a importância "cada vez mais forte" de Liga 3 lembrando que o conceito "é valorizar o futebol, numa liga diferenciadora pelo respeito dos valores do desporto e nós queremos cumprir e destacar esse espírito durante os jogos de futebol", na Liga 3.

"Da nossa parte, tudo faremos para cumprir os valores pelo futebol com tudo o que estiver ao nosso alcance", destacou por seu turno, Miguel Tavares, vice-presidente do Clube, durante o processo de assinatura da Carta de Princípios, documento subscrito também por João Nunos (Treinador da equipa Sénior) e Lisandro Meneses (Capitão da equipa).

Recorde-se, nesta época desportiva o 1.º Dezembro vai jogar no campo emprestado do Real Sport Clube, uma boa notícia que evita deslocações mais longas e desgastantes, como aconteceu na época passada, em Ponte de Sôr e mais recentemente no Estádio do Bonfim, em Setúbal.

"Entretanto no jogo de abertura da Liga 3 Placard, série B, o 1.º de Dezembro venceu na Tapadinha, o Atlético por 1-0, com um golo de Pedro Jesus, logo aos 4'. A próxima jornada realiza-se no dia 10 de agosto, às 11h00, com a equipa de São Pedro de Sintra a receber no Campo do Real Sport Clube, o CF "Os Belenenses". ■

Praias Grande e das Maçãs oferecem atividades desportivas

"Desporto na Praia" é o programa desportivo de verão promovido pela autarquia de Sintra até 31 de agosto, na Praia Grande e na Praia das Maçãs. A nova edição do Desporto na Praia oferece novas experiências em várias modalidades desportivas e dá a conhecer alguns dos clubes desportivos do concelho de Sintra.

Os espaços para a prática das modalidades estão disponíveis todos os dias das 10h00 às 18h00.

Na Praia Grande poderá participar em jogos de voleibol e na Praia das Maçãs poderá aderir à pratica de andebol, futebol, rugby e voleibol.

A iniciativa tem o objetivo de incentivar a atividade física e desportiva, essencial para a promoção de hábitos de vida saudáveis, bem-estar físico e psicológico. ■

Saúde

Drepanocitose - A doença afeta, sobretudo, crianças africanas e tem grande impacto nos concelhos de Sintra e Amadora

A Drepanocitose é uma doença genética do sangue. É mais frequente na população de origem africana, mas também pode ser encontrada na bacia do Mediterrâneo, no Brasil, Caraíbas, subcontinente indiano e na península arábica. Neste momento, fruto das migrações, a sua distribuição é global.

Atualmente na grande área de Lisboa, 1 de cada 1000 recém-nascidos tem esta doença. Na área de Amadora-Sintra pensamos que haja entre 250 a 300 doentes com Drepanocitose, entre crianças e adultos.

O único tratamento curativo é o transplante de medula óssea, raramente disponível.

Estes doentes precisam frequentemente de cuidados hospitalares, para realização de exames, prevenção e tratamento de complicações. Vários Serviços e profissionais do HFF estão envolvidos nos cuidados de saúde destes doentes

Como podemos ajudar as pessoas com Drepanocitose?

Aumentar o conhecimento sobre a doença ajuda a compreender melhor estes doentes. As crises de dor intensa são frequentes e não devem ser desvalorizadas.

O calor, a desidratação e as infeções podem provocar crises da doença. Os doentes devem beber mais água (principalmente nos dias quentes) e ser protegidos de infeções. As pessoas mais próximas devem desinfetar regularmente as mãos e, caso e sejam doentes devem usar máscara e.

As transfusões de sangue são essenciais em muitos destes doentes, tratando a anemia e protegendo-os de complicações graves como o AVC. Por isso é muito importante que haja dadores regulares de sangue. As pessoas que não dão sangue têm também um papel fundamental: incentivar outros a fazê-lo.

DR

A dádiva de sangue pode ser feita no Serviço de Sangue do HFF, nos dias úteis entre as 8h30 e as 15h. às terças-feiras, até às 17h. Pode esclarecer as suas dúvidas ligando para o 21.434.8279. ■

SINTRA

EDITAL Nº 509/2024

... BASILIO ADOLFO MENDONÇA HORTA DA FRANCA, PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE SINTRA, FAZ PÚBLICO QUE:

Em reunião de câmara de 23 de julho de 2024, foi aprovada a abertura do concurso público para a atribuição de bancas e lojas vagas nos Mercados Municipais de Sintra, de acordo com o Programa de Concurso e Caderno de Encargos que fazem parte do procedimento e que poderão ser consultados nos seguintes locais:
- Paços do Concelho do Município;
- Mercados integrantes na rede de Mercados Municipais de Sintra;
- Sede da Freguesia ou União de Freguesias em que o mercado se situe;
- Sítio da Internet e redes sociais da Câmara Municipal;
- Balcão do Empreendedor.

As propostas apresentadas nos termos constantes das peças do concurso e acompanhadas dos documentos exigidos, deverão ser entregues no serviço do Núcleo de Gestão de Mercados, no período **de 09 a 13 de setembro de 2024**, por mão própria ou via postal, para a Rua Capitão Mário Alberto Soares Pimentel (Mercado da Estefânia) 2710-589 Sintra.

O ato público de abertura das propostas, será realizado pelas 10h00 do **dia 19 de setembro de 2024,** no Salão Nobre do Palácio Valenças, em Sintra.

LOJAS E BANCAS EM MERCADOS MUNICIPAIS

1) Mercado Municipal de Agualva:
Banca nº 63 – área de 1,85ml, para a atividade de comércio/serviços - valor base de €75,00;
Banca nº 64 – área de 3,70ml, para a atividade de comércio/serviços - valor base de €100,00;
Banca nº 73 – área de 3,70ml, para a atividade de venda de hortofrutícolas - valor base de €100,00;
Banca nº 74 – área de 1,85ml, para a atividade de venda de hortofrutícolas - valor base de €75,00.

2) Mercado Municipal de Casal de Cambra:
Loja nº 10 – área de 40 m2, para a atividade de cafetaria/pastelaria/snack-bar - valor base de €1.000,00;

3) Mercado Municipal da Estefânia, piso 0:
Loja nº 6 - área de 22 m2, para a atividade comercial de produtos alimentares - valor base de €1.000,00;
Mercado Municipal da Estefânia, piso -1 – restauração e bebidas, destinada às seguintes atividades definidas:
Loja nº 22 – área de 13 m2, para a atividade de gelataria/pastelaria/padaria - valor base de €5.000,00;
Loja nº 23 – área de 13 m2, para a atividade de sushi e comida asiática - valor base de €5.000,00;
Loja nº 24 – área de 26,50 m2, para a atividade de churrasqueira/grelhados - valor base de €7.500,00;
Loja nº 26 – área de 13 m2, para a atividade de peixes e mariscos, nomeadamente, sopas, petiscos, arrozes, massadas, feijoadas de peixes e mariscos - valor base de €5.000,00
Loja nº 27 – área de 13 m2, para a atividade comercial de bebidas e derivados/tapas e petiscos frios – valor base de €5.000,00

4) Mercado Municipal de Pero Pinheiro:
Loja nº 5 – área de 17,1 m2, para a atividade de comércio/serviços - valor base de €1.000,00
Loja nº 6 – área de 22 m2, para a atividade de comércio/serviços - valor base de €1.000,00

- O presente edital não dispensa a consulta integral do programa de concurso e do caderno de encargos deste procedimento.

Paços do Concelho, 25 de julho de 2024

O PRESIDENTE DE CÂMARA

(DR. BASILIO HORTA)

Apelo à inscrição no Centro Saúde de Colares

A Comissão de Utentes de Saúde de Colares (CUSC) Centro de Saúde de Colares, apela em comunicado para que "todos os residentes, com morada fiscal em Colares, se inscrevam no Centro de Saúde" uma vez que, "vai permitir ter mais um médico, um enfermeiro e um administrativo", o que está previsto para Janeiro de 2025. Em comunicado enviado ao Correio de Sintra, a CUSC dá conta de uma reunião no dia 12 de junho com o Coordenador do Centro de Saúde, destinada a avaliar a evolução ocorrida com a recente passagem para Unidade de Saúde Familiar (USF) - modelo B, "onde fomos informados que já está em vigor a marcação de 24 consultas diárias de doença aguda", o que significa, que a partir de agora, "qualquer utente inscrito na Unidade de Saúde Familiar que seja acometido de um problema súbito dispõe de consulta no próprio dia", informa a CUSC. ■

Carneiro Carta Dominante: Rei de Espadas, que significa poder. Amor: Seja mais carinhoso com a sua cara-metade. Saúde: Cuidado com as correntes de ar. Dinheiro: Não se deixe influenciar por terceiros. Pensamento positivo: Eu sei que posso mudar a minha vida.

Touro Carta Dominante: Rainha de Espadas, que significa Melancolia. Amor: Andará nas nuvens, o amor faz milagres. Saúde: Faça um check-up. Dinheiro: Deverá ter mais atenção ao seu mealheiro. Pensamento positivo: Eu tenho pensamentos positivos e a Luz invade a minha vida!

Gémeos Carta Dominante: Rei de Ouros, que significa alguém Inteligente e Prático. Amor: Procure ter uma vida afetiva mais ativa, invista no amor. Saúde: Possíveis dores em todo o corpo. Repouse mais. Dinheiro: Cuidado com os grandes investimentos. Pensamento positivo: Eu acredito que todos os desgostos são passageiros, e todos os problemas têm solução.

Caranguejo Carta Dominante: Rei de Paus, que significa Coragem. Amor: Sentirá necessidade de estar rodeado de amigos. Saúde: Dê ânimo à sua vida, pratique uma modalidade de que goste. Dinheiro: A necessidade de contenção toca a todos, modere os seus gastos. Pensamento positivo: Esforço-me por dar o meu melhor todos os dias.

Leão Carta Dominante: 10 de Ouros, que significa Prosperidade. Amor: Terá de parar para pensar um pouco melhor na sua relação e no que espera dela. Saúde: Evite andar tão tenso, relaxe! Dinheiro: Poderá ter um crescimento do seu poder material. Pensamento positivo: Vivo o presente com confiança!

Virgem Carta Dominante: 3 de Espadas, que significa Amizade.
Amor: Não sinta tristeza por aquilo que perdeu, agradeça o que tem. Saúde: A sua energia está em plena forma. Dinheiro: Nem sempre podemos ter tudo o que desejamos, e esta não é uma boa altura para gastos elevados. Pensamento positivo: Sou otimista, espero que me aconteça o melhor!

Balança Carta Dominante: 7 de Ouros, que significa Trabalho. Amor: Energias positivas avizinham-se, aproveite-as devidamente. Saúde: Tente descontrair saindo da rotina. Dinheiro: Procure demonstrar mais interesse pelo seu trabalho, e será recompensado por isso. Pensamento positivo: Eu tenho força mesmo nos momentos mais difíceis!

Escorpião Carta Dominante: Cavaleiro de Paus, que significa Partida Inesperada. Amor: Alguém que lhe é muito chegado pode desapontá-lo, saiba perdoar. Saúde: Cuidado com os excessos alimentares. Dinheiro: Pense bem antes de pôr em marcha qualquer tipo de projeto que implique correr riscos. Pensamento positivo: procuro ser compreensivo com todas as pessoas que me rodeiam.

Sagitário Carta Dominante: 9 de Copas, que significa Vitória. Amor: Procure dar mais ânimo e vitalidade à sua relação afetiva. Saúde: Não faça grandes esforços. Dinheiro: Nunca deixe para amanhã aquilo que pode fazer hoje, será prejudicial para si. Pensamento positivo: O Amor enche de alegria o meu coração!

Capricórnio Carta Dominante: 4 de Copas, que significa Desgosto. Amor: Poderá receber notícias de um familiar que já não vê há muito tempo. Saúde: Faça mais exercício físico. Dinheiro: O seu rendimento mensal poderá ter um aumento inesperado. Pensamento positivo: Vivo de acordo com a minha consciência.

Aquário Carta Dominante: 5 de Copas, que significa Derrota. mAmor: Não se deixe influenciar por terceiros. Saúde: Possíveis dores de cabeça. mDinheiro: Tudo decorrerá dentro da normalidade. Pensamento positivo: O meu único Juiz é Deus.

Peixes Carta Dominante: A Torre, que significa Convicções Erradas. Amor: Renove a sua relação, surpreenda o seu par. Saúde: Cuidado com o consumo excessivo de doces. Dinheiro: Com calma e prudência conseguirá atingir os seus objetivos. Pensamento positivo: O Amor invade o meu coração.

Quinzenário - Gratuito | 8 de agosto a 8 de setembro de 2024 - Ano XIV - 157 **Diretora:** Tânia Tracana